



INSTRUCCIONES POSTOPERATORIAS DEL DR. JUSTIN SMITH PARA UNA DISECTOMIA LUMBAR MÍNIMAMENTE INVASIVA, UNA FORAMINECTOMÍA O UNA DISECTOMÍA LUMBAR ABIERTA

DR. JUSTIN SMITH'S POST-OP INSTRUCTIONS FOR MINIMALLY INVASIVE LUMBAR DISCECTOMY, FORAMINECTOMY OR OPEN LUMBAR DISCECTOMY

Estas instrucciones serán de ayuda para que se cuide usted mismo en su hogar.



DIETA

Una vez de regreso a su hogar, empiece con líquidos claros. Espere como 45 minutos y si no se siente enfermo, pruebe alimentarse a base de una dieta blanda para después proseguir con su dieta habitual.



ACTIVIDAD

Aunque se sienta mejor después de la cirugía, sea precavido al reanudar sus actividades anteriores particularmente en lo concerniente a la mecánica del cuerpo. Recuerde que debe de comenzar lentamente y dar tiempo a que sus músculos se calienten. Caminar es una forma excelente de ejercicio lo cual no requiere ningún equipo especial.

NO trate de levantar objetos que pesen más de 10 libras durante las primeras 6 semanas después de la cirugía. No haga ningún movimiento brusco y evite torcer la espalda.

- Haga arreglos para tomar periodos de descanso diariamente.
- Puede sentarse y dormir en cualquier posición que sea cómoda.
- **NO** conduzca durante la primera semana después de la cirugía o mientras esté tomando narcóticos para el dolor.
- En cualquier momento puede reanudar su actividad sexual.
- La regla general con respecto a la actividad es: **SI LE DUELE, NO LO HAGA.**
- Si su trabajo requiere una actividad extenuante o levantar objetos pesados, no debe de regresar hasta que se le vuelva a evaluar. Si tiene un trabajo sedentario (sentado) o menos activo, puede regresar a trabajar más pronto. Si su supervisor le pide un permiso para regresar a trabajar, favor de llamar al (800)362-2203.



CUIDADO DE LA INCISIÓN Y HERIDA:

- La mayoría de las incisiones se cierran con un pegamento estéril de piel llamado Dermabond. Esta capa adhesiva se cae sola en 5 ó 10 días. No se rasque, frote o pique el Dermabond ya que podría despegar la capa adhesiva antes de que la herida haya sanado. Puede bañarse al día

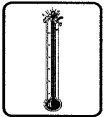
siguiente de su cirugía. El Dermabond no debe de exponerse al sol o a lámparas de bronceado.

- De vez en cuando la incisión se cierra con grapas o puntos de sutura los cuales necesitan removerse en 7-10 días. Cuando quiera bañarse, debe de cubrir la incisión con "Tegaderm" o "Saran Wrap". Si vive a gran distancia de Charlottesville, su médico de la localidad puede remover las suturas.
- No aplique a la herida cremas, lociones, antibióticos o agua oxigenada.
- **No** nade o se sumerja en la bañera y evite el sudar demasiado hasta que la incisión haya sanado (por lo general hasta la cuarta semana).

Inspeccione el área de la incisión diariamente para detectar signos de enrojecimiento, hinchazón o drenaje. Es normal una pequeña cantidad de drenaje teñido de sangre.

MANEJO DEL DOLOR:

- Es normal estar adolorido y sentir dolor e incomodidad en la incisión después de la cirugía. El dolor irá desapareciendo cada día poco a poco.
- Se le dará una receta de un medicamento para ayudarle a controlar el dolor y NO puede volver a surtirla.
- También puede tomar Ibuprofen, Aleve o Naprosyn alternándolos con el medicamento que se le ha recetado para ayudar a aliviar el dolor.
- Si empeora el dolor o es severo, comuníquese con el Dept. de Neurocirugía al (434) 924-2203.



INFECCIÓN

Esté atento a cualquier señal de infección después de la cirugía como la fiebre, escalofríos, aumento de dolor, enrojecimiento o hinchazón.



CUANDO HAY QUE LLAMAR A SU MÉDICO

Favor de llamar al (434) 924-2203 durante las horas de oficina o al (434) 924-0000 fuera de esas horas y pedir lo comuniquen con el residente de turno, el Dr. _____ si ocurre lo siguiente:

- Si observa drenaje continuo (como sangre, pus o líquido claro) en el área de la incisión
- Si la incisión está roja o hinchada
- Si se abre la incisión
- Si tiene más de 101.F (39.C) de temperatura
- Si después de siete días de la cirugía tiene fuerte dolor o va en aumento
- No ha orinado después de que han pasado ocho (8) horas de la cirugía.
- Llame al 911 si tiene dolor de pecho o dificultad para respirar